



Feierabend ★★★★★

...und keine Zeit zum Kochen

atverlag 2020 · 320 S. · 24.00 · 978-3-03902-048-5

COVID-19 hat uns alle seit Monaten fest im Griff. Entschleunigung außer Haus ist angesagt, wir machen Homeoffice und dieses Jahr einen Urlaub im Garten, auf Balkonen oder bestenfalls ganz in der Nähe. Unser Focus liegt unerbittlich auf dem, was uns täglich zu Hause umgibt und beschäftigt. Keller aufräumen, Unkraut jäten, liegen gebliebenen Schriftverkehr und Ablage erledigen, seit Jahren nicht getragene und aus der Mode gekommene Klamotten ausmisten. Vielleicht auch wieder mal intensive Gespräche miteinander führen und Freunden einen Geburtstagsgruß per Brief oder Karte schreiben.

Wenngleich ich auch vor der Corona-Zeit gerne gekocht habe, so ist die tägliche K-Frage – und damit meine ich nicht die der Parteien vor der nächsten Bundestagswahl – allgegenwärtig und wichtiger als noch Anfang 2020. Was koche ich heute? Ein Restaurantbesuch mit den derzeitigen Regeln, wie Mund- und Nasenschutz beim Eintreten und Verlassen des Lokals und beim Toilettenbesuch, ist machbar und bietet ab und zu eine Abwechslung aus dem Alltagseinerlei. Entspannter ist jedoch ein gemütliches Essen zu Hause.

„Feierabend“ passt da wunderbar. Es ist die Zeit des Kochens und Genießens, sie gibt dem Alltäglichen Struktur und diesem Abschnitt am Ende des Tages etwas Besonderes.

Das Kochbuch, aufgeteilt in Salate, Suppen, Fleisch, Fisch, Vegetarisches, Pasta, Quiches und Tartes, bietet zu jedem Rezept ein Foto des fertigen Gerichtes auf der linken Seite. Sehr anschaulich ist die bebilderte Anordnung der Zutaten rechts neben dem Rezept, die mit dem jeweils darunter befindlichen Behältnis, also dem Topf, der Pfanne oder der Auflaufform zudem informieren, was für die Herstellung verwendet werden sollte.





Ob Sie heute die „Zucchinisuppe mit Feta“ nach 20 Minuten, das „Huhn auf indische Art“ nach 8 Minuten, den „Kartoffelaufbau mit Reblochon“ wegen der Kochzeit der Kartoffel leider erst nach 1,5 Stunden, das „Hackfleisch-Gratin mit Mais und Bohnen“ nach einer guten halben Stunde oder das Schnellgericht „Hafer-Zucchini-Puffer mit Minze“ nach sportlichen 6 Minuten präsentieren möchten, bleibt Ihnen überlassen. Die Zeit für den Einkauf und die Schnippelei lasse ich jetzt mal außen vor.

Mein Fazit: Das Kochbuch „Feierabend – und keine Zeit zum Kochen“ macht Mut zum Ausprobieren von schnell herzustellenden, leckeren Gerichten und Lust aufs Kochen und Genießen. Probieren Sie es aus!